



🌸離乳食🌸	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉と白菜のトロトロ煮</li> <li>五目スープ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉と大根のやわらか煮</li> <li>寄席豆腐汁</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>カレイの煮つけ</li> <li>かきたま汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豆腐のそぼろあん</li> <li>玉ねぎのスープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>かぼちゃ煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>肉じゃが</li> <li>小松菜のみそ汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鮭のしょうゆ煮</li> <li>むらくも汁</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉とじゃが芋のみそ煮</li> <li>卵スープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>まぐろフレークと野菜のくたくた煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉と秋野菜のケチャップ煮</li> <li>かぼちゃスープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さつまいも煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
スポーツの日	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ツナとブロッコリーの塩煮</li> <li>卵スープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鮭のちゃんちゃん煮</li> <li>根菜汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ササミとキャベツの煮びたし</li> <li>コーンスープ</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉のやわらか煮</li> <li>野菜スープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>かぼちゃ煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉と野菜のしょうゆ煮</li> <li>わかめスープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>野菜のそぼろあん</li> <li>さつまいも汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>マカロニと野菜のトロトロ煮</li> <li>豆腐のスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉と野菜のやわらか煮</li> <li>チンゲン菜スープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>カレイの煮つけ</li> <li>野菜スープ</li> <li>梨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さつまいも煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	<p>※献立は都合により変更になることがあります。 ※材料の切り方・味付け等は家庭での進み具合で担任と相談し提供します。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>やわらか肉団子</li> <li>さつまいもスープ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>野菜のそぼろ煮</li> <li>やわらかうどん汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>カレイの煮つけ</li> <li>味噌けんちん汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パン</li> <li>やわらか煮込みハンバーグ</li> <li>かぼちゃのミルクスープ</li> <li>煮りんご</li> </ul>		

🌸今月のレシピ🌸鮭のちゃんちゃん焼き…完了食(12か月~18か月)

≪材料≫

- ・鮭(骨と皮をとったもの) 20g
- ・みそ 1g
- ・キャベツ10g (1/3枚)
- ・砂糖 0.5g
- ・ピーマン、舞茸 各5g
- ・酒 0.5g
- ・だし汁(かつお・昆布) 7.5g (大さじ1/2)

≪作り方≫

- 1、鮭は1cm角、キャベツとピーマンは7mm角に切り、舞茸は粗みじん切る。
- 2、アルミホイルの上に1をのせ、混ぜ合わせた調味料を上からかけ包み、13分程蒸し焼きにして完成です。